

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN
QUARTER LIFE CRISIS PADA ALUMNI PSIKOLOGI UMA**

SKRIPSI

OLEH:

ARIFA FAUZIYYAH

208600139



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

MEDAN

2024

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 3/9/24

Access From (repository.uma.ac.id)3/9/24

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN
QUARTER LIFE CRISIS PADA ALUMNI PSIKOLOGI UMA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

Oleh:

ARIFA FAUZIYYAH

208600139

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Quarter Life Crisis* pada Alumni Psikologi UMA

Nama : Arifa Fauziyah

NPM : 208600139

Fakultas : Psikologi

Disetujui Oleh

Komisi Pembimbing

Merri Hafni, S.Psi. M.Si. Psikolog

Pembimbing


Dr. Siti Aisvah, S.Psi, M.Psi, Psikolog
Dekan


Faadhil, S.Psi, M.Psi., Psikolog
Ketua Program Studi Psikologi

Tanggal Lulus : 7 Juni 2024

HALAMAN PERNYATAAN

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar serjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini

Medan, 7 Juni 2024



Arifa Fauziyyah

208600139

**PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademika Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Arifa Fauziyyah
NPM : 208600139
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area *Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right)* atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DEGAN *QUARTER LIFE CRISIS* PADA ALUMNI PSIKOLOGI UMA”

Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini, Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasi skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan
Pada Tanggal : 7 Juni 2024
Yang menyatakan

Arifa Fauziyyah
208600139

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN *QUARTER*

LIFE CRISIS PADA ALUMNI PSIKOLOGI UMA

Oleh :

Arifa Fauziyyah

208600139

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara dukungan keluarga dengan *quarter life crisis (qlc)* pada alumni Psikologi UMA. Populasi dalam penelitian ini adalah alumni Psikologi UMA yang diwisuda Periode I dan II 2023 sejumlah 430 dan sampel yang digunakan 138 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Pengambilan data menggunakan skala dukungan keluarga dan qlc. Hasil penelitian menggunakan teknik korelasi product moment (r_{xy}) diketahui sebesar $-0,634$ dengan $p = 0,000 < 0,05$. Artinya, terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan qlc sehingga hipotesis diterima. Berdasarkan analisis data, diketahui bahwa qlc tergolong tinggi dengan mean hipotetik $65 < \text{mean empirik } 89,13$ selisihnya melebihi satu SD (15,331). Sementara, dukungan keluarga tergolong rendah dengan mean hipotetik $60 > \text{mean empirik } 46,31$, selisihnya melebihi satu SD (9,119). Adapun besaran qlc dipengaruhi oleh dukungan keluarga sebesar 40,1%. Sisanya 59,9% dipengaruhi oleh faktor lain, seperti hubungan percintaan, pertemanan, tantangan akademis, serta kehidupan pekerjaan.

Kata kunci : dukungan keluarga, *quarter life crisis*, alumni

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN FAMILY SUPPORT AND QUARTER LIFE CRISIS IN UMA PSYCHOLOGY ALUMNI

BY:
ARIFA FAUZIYAH
208600139

This study aimed to look at the correlation between family support and quarter life crisis (qlc) in UMA Psychology alumni. The population in this study were UMA Psychology alumni who graduated in Period I and II 2023 totaling 430 and the sample used was 138 people. The sampling technique used was purposive sampling. Data collection using family support and qlc scales. The results of the study using the product moment correlation technique (r_{xy}) were found to be -0.634 with $p = 0.000 < 0.05$. This means that there was a significant correlation between family support and qlc so that the hypothesis was accepted. Based on data analysis, it was known that qlc was high with a hypothetical mean of 65 < empirical mean of 89.13 the difference exceeds one SD (15.331). Meanwhile, family support was low with a hypothetical mean of 60 > empirical mean of 46.31, the difference exceeds one SD (9.119). The amount of qlc was influenced by family support by 40.1%. The remaining 59.9% was influenced by other factors, such as romantic relationships, friendships, academic challenges, and work life.

Keywords: Family support, Quarter life crisis, Alumni



RIWAYAT HIDUP

Arifa Fauziyyah, lahir pada Hari Senin, 17 Februari 2003. Merupakan seorang perempuan anak ke 3 dari 4 bersaudara dari pasangan Zulpan Idris Nasution dan Yusmala Dewi. Penulis memiliki saudara perempuan, di antaranya Mei Shara Defani Nst, Chairunnisa Azzahra, dan Sabrina Azra. Saudara yang sangat ku sayang. Pada tahun 2008 penulis masuk Sekolah Dasar Plus Al Ikhlas Taqwa dan lulus pada tahun 2014. Di tahun yang sama, penulis masuk ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di MTs Negeri 2 Medan. Lulus pada tahun 2017. Setelah itu, penulis kembali melanjutkan pendidikan di sekolah agama MAN 2 Model Medan dan lulus dengan nilai yang memuaskan pada tahun 2020. Kemudian, penulis memutuskan untuk melanjutkan perguruan tinggi di Universitas Medan Area jurusan Psikologi dan lulus di tahun 2024.

Penulis menyadari bahwa dirinya merupakan perempuan yang keras, pantang menyerah, dan mengetahui rencananya di setiap aktivitas. Penulis dengan ambisi penuh menyelesaikan skripsi dengan kurang dari 1 tahun. Meskipun penuh rintangan, penulis mengetahui bahwa ia akan bisa. Tak lupa, berkat doa dan dukungan orang tua di setiap sholatnya, saya berhasil menyelesaikan semua lika liku perkuliahan di waktu yang tepat. Akhirnya, penulis menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan *Quarter Life Crisis* pada Alumni Psikologi UMA”.

Penulis berterimakasih kepada semua pihak yang mendukung. Terkhusus kepada diri sendiri yang selalu berjuang untuk meningkatkan kualitas dirinya dan membentuk karakter menjadi perempuan yang memiliki banyak rencana, *visioner*, mampu membagi waktu, dan mampu mengelola emosi. Congrats, Arifa. You did it very well!

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, berkat rahmat dan karunianya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Quarter Life Crisis* pada Alumni Psikologi UMA**", sebagai salah satu persyaratan dalam meraih gelar sarjana Strata Satu (S1) Program Studi Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area.

Terimakasih penulis sampaikan kepada Ibu Merri Hafni, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing atas bimbingannya selama ini. Terimakasih kepada orang tua, ayah dan bunda, keluarga, dan Farhan yang selalu memberikan *support* penuh atas keberlangsungan penulisan skripsi. Terimakasih kepada teman-teman penulis, Pulu-pulu karena sudah menemani perjalanan perkuliahan ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.

Medan, 7 Juni 2024


Arifa Fauziyyah
208600139

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	Error! Bookmark not defined.
PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
RIWAYAT HIDUP.....	viii
KATA PENGANTAR.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Hipotesis Penelitian	7
1.5 Manfaat Penelitian	7
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.5.2 Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 <i>Quarter Life Crisis</i>	9
2.1.1 Definisi <i>Quarter Life Crisis</i>	9
2.1.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Quarter Life Crisis</i>	10
2.1.3 Aspek-Aspek <i>Quarter Life Crisis</i>	13
2.1.4 Ciri-ciri <i>Quarter Life Crisis</i>	16
2.2 Dukungan Keluarga	17
2.2.1 Definisi Dukungan Keluarga	17
2.2.2 Faktor yang Memengaruhi Dukungan Keluarga.....	18
2.2.3 Aspek-Aspek Dukungan Keluarga.....	20
2.3 Hubungan Dukungan Keluarga dengan <i>Quarter Life Crisis</i>	22
BAB III METODE PENELITIAN	25
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian	25
3.2 Bahan dan Alat.....	26
3.3 Metodologi Penelitian.....	26

3.4	Metode Pengumpulan Data.....	27
3.5	Metode Analisis Data.....	28
3.6	Populasi dan Sampel.....	29
3.6.1	Populasi.....	29
3.6.2	Sampel.....	29
3.6.3	Teknik Pengambilan Sampel	29
3.7	Prosedur Kerja	30
3.7.1	Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	30
3.7.2	Skala Dukungan Keluarga	31
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	31
4.1	Orientasi Kanchah Penelitian.....	31
4.2	Persiapan Penelitian	31
4.2.1	Persiapan Administrasi	31
4.2.2	Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	32
4.3	Pelaksanaan Penelitian.....	35
4.4	Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	35
4.4.1	Uji Asumsi	36
4.4.2	Uji Hipotesis	37
4.4.3	Hasil Mean Hipotetik & Mean Empirik Quarter Life Crisis dan Dukungan Keluarga 38	
4.5	Pembahasan.....	41
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN.....	46
5.1.	Simpulan	46
DAFTAR PUSTAKA.....		49
LAMPIRAN		52

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jadwal Penelitian.....	25
Tabel 4. 1 Distribusi Skala <i>Quarter Life Crisis</i>	33
Tabel 4. 2 Distribusi Skala Dukungan Keluarga.....	34
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas Dukungan Keluarga dan <i>Quarter Life Crisis</i>	36
Tabel 4. 4 Hasil Uji Linearitas	37
Tabel 4. 5 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	39
Tabel 4. 6 Klasifikasi <i>Quarter Life Crisis</i>	45
Tabel 4. 7 Klasifikasi Dukungan Keluarga.....	39



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Kurva Distribusi <i>Quarter Life Crisis</i>	40
Gambar 4. 2 Kurva Distribusi Dukungan Keluarga.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Alat Ukur Penelitian	52
Lampiran 2 Distribusi Skor Skala	58
Lampiran 3 Validitas dan Reliabilitas	65
Lampiran 4 Uji Asumsi	68
Lampiran 5 Hasil Analisis Uji Korelasi Product Moment	71
Lampiran 6 Surat Izin Adaptasi	75
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian	75



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam kehidupan, setiap individu akan menjalani pertumbuhan dan mengalami berbagai siklus perubahan baik secara fisik maupun psikologis. Menurut Erikson, perkembangan manusia terjadi melalui delapan tahap sesuai dengan prinsip epigenetik, yakni bayi (0-3 tahun), balita (3-5 tahun), pra-sekolah (6-12 tahun), remaja (12-20 tahun), dewasa awal (20-40 tahun), dewasa tengah (40-65 tahun), dan dewasa lanjut (>65 tahun) (Daulay, 2020). Proses satu tahap ke tahap selanjutnya dipengaruhi oleh keberhasilan atau kegagalan dalam melewati tahap sebelumnya. Honig (2016) mengelompokkan tahapan perkembangan berdasarkan periode tertentu, dengan setiap tahapan memiliki tugas perkembangan yang bersifat psikososial. Setiap tahapan mengalami transisi menuju ke tahapan berikutnya.

Salah satu fase transisi yang dialami setiap individu adalah masa dewasa awal atau *emerging adulthood*. Arnett mengatakan bahwa fase *emerging adulthood* ialah fase transisi remaja yang diperpanjang dan berkisar antara 18-29 tahun (Arini, 2021). Fase ini dianggap sebagai tahap pembentukan individu untuk menghadapi realitas kehidupan. Selama masa dewasa awal, terjadi perubahan dalam pola pikir, stabilitas emosional, pengembangan pemikiran kritis, dan fokus pada persiapan masa depan. Individu diharapkan lebih memahami diri sendiri dan mempersiapkan karier mereka. Erikson menyatakan bahwa tugas perkembangan pada usia dewasa awal ialah membentuk keintiman, menciptakan keluarga, dan berkomitmen. Fase dewasa awal dibagi menjadi dua tahapan yang beda, yaitu periode dewasa yang berkaitan dengan fluktuasi dan masa berikutnya yang lebih matang (Arini, 2021).

Melewati transisi remaja ke dewasa awal adalah suatu hal yang menantang. Individu yang dapat menjalani perubahan ini dengan baik dapat memanfaatkan masa peralihan sebagai peluang untuk menjelajahi banyak hal baru yang belum pernah dicoba sebelumnya. Namun, bagi individu yang kesulitan mengatasi masa peralihan ini, mungkin akan merasa takut dan khawatir terhadap masa depan. Tidak stabilnya proses eksplorasi dan ketidakpastian mengenai arah hidup dapat memicu timbulnya perasaan cemas, kebingungan, keraguan, dan ketakutan dalam menetapkan tujuan hidup. Oleh karena itu, seseorang yang berada di masa ini dapat mengalami krisis yang disebut *quarter life crisis* (Robbins dan Wilner, dalam Kistom, 2022).

Robbins dan Wilner menyatakan istilah untuk merepresentasikan krisis yang terjadi ketika individu memasuki usia dewasa awal, terutama ketika individu berusia 22 tahun hingga 29 tahun, disebut "*twentysomething*" (Kusumaningrum, 2023). Pada usia tersebut individu mengalami krisis yang lebih berat dibanding sebelumnya, dikarenakan kesulitan-kesulitan pada masa ini tidak dapat diperkirakan. Usia ini juga dikenal sebagai usia yang rapuh sehingga krisis tersebut dapat menjadi boomerang bagi mereka yang mengalaminya. Erikson juga menyatakan krisis yang dialami individu ialah hal yang wajar karena realitas kehidupan seringkali tidak sesuai dengan harapan. Faktor-faktor ini sering berkontribusi pada timbulnya *quarter life crisis* pada fase dewasa awal. Mulainya fase ini sering terlihat saat individu menyelesaikan pendidikan tinggi, biasanya pada usia 21-28 tahun. Robbins dan Wilner menyatakan terdapat beberapa karakteristik emosional yang muncul meliputi rasa frustrasi, kepanikan, kekhawatiran, dan ketidakjelasan arah hidup (Black, 2010).

Robbins dan Wilner menyatakan dalam tahapan awal dewasa, individu diharapkan menemukan identitas mereka sebelum memasuki fase dewasa penuh. Kegagalan dalam membangun komitmen dapat menyebabkan kebingungan identitas, yang menjadi pemicu *quarter life crisis*. Selain itu, terdapat berbagai faktor yang memengaruhi, seperti ekspektasi yang tidak terpenuhi, perkembangan karir, hubungan asmara, tekanan untuk memenuhi harapan orang tua, dan rasa ketidakpastian terhadap masa depan (Kistom, 2022).

Menurut penelitian dari Yale Medicine (2020), 70% individu dewasa di Indonesia pernah mengalami *quarter life crisis* atau krisis dewasa awal. Riset yang dilakukan oleh Riyanto (2021) melibatkan sampel yang lulus pada tahun 2019-2020 di Universitas Katolik Musi Charitas. menunjukkan bahwa 86% dari responden berada di masa *quarter life crisis*. Selain itu, riset yang dilakukan oleh Kusumaningrum (2023) mengungkapkan bahwa daerah Sidoarjo memiliki *quarter life crisis* yang rendah sebesar 73,1%, dan krisis ini lebih banyak dialami oleh wanita sebanyak 55% dan laki-laki sebanyak 18,1%. Lalu, sebanyak 86% responden dari penelitian ini menyatakan bahwa mereka pernah mengalami krisis saat dewasa awal. Berdasarkan hasil riset ini, dapat disimpulkan bahwa *quarter life crisis* cukup berpengaruh dalam kehidupan individu dewasa di Indonesia.

Perasaan *quarter life crisis* dirasakan oleh setiap individu, termasuk alumni Psikologi Universitas Medan Area. Setelah selesai dari dunia perkuliahan, saatnya mereka dihadapkan dengan mencari pekerjaan. Namun, tidak semuanya berjalan dengan mulus. Berdasarkan hasil wawancara dengan alumni, setelah tamat dari dunia perkuliahan, mereka ingin menikmati waktu waktu libur setelah menyelesaikan skripsi. Namun, mereka dihantui oleh berbagai pertanyaan yang

datang dari keluarganya. Mereka mengaku pertanyaan yang dilontarkan membuat mereka tertekan.

Mereka merasa cemas melihat banyaknya lowongan pekerjaan namun tidak sesuai dengan kualifikasi jurusan. Seringkali ditemukan lowongan pekerjaan dengan ketentuan umur maksimal 25 tahun dan memiliki pengalaman meskipun rata-rata mereka yang baru tamat dari perkuliahan berkisar umur 22-24 tahun, sehingga membutuhkan waktu untuk mencari pekerjaan yang sesuai dengan ketentuan dan syarat perusahaan.

Banyak di antara mereka yang sudah mulai mencari pekerjaan sejak mengerjakan skripsi dan berstatus sebagai mahasiswa/i semester akhir. Diantaranya ada yang sudah mendapat pekerjaan terlebih dahulu, namun ada yang sampai sekarang belum mendapatkan panggilan. Meskipun sudah berusaha, mereka masih belum mendapatkan panggilan bekerja dari perusahaan manapun. Tahapan yang paling jauh adalah tahap wawancara atau *interview*, namun belum ada panggilan lebih lanjut. Sedangkan mereka melihat teman sebaya yang sudah mendapat panggilan bekerja membuat timbul rasa iri dan membandingkan diri dengan orang lain. Rasa iri tersebut membuat mereka memandang diri secara negatif, mereka merasa kemampuan yang mereka miliki masih jauh di bawah rata-rata. Ada rasa menganggap dirinya lebih bagus dibandingkan teman sebaya yang sudah mendapat panggilan bekerja, namun mempertanyakan diri sendiri tentang apa yang membuatnya belum mendapat panggilan pekerjaan. Setelah selesai dari perkuliahan, mereka banyak menghabiskan waktu di rumah bersama keluarga.

Pertanyaan yang sering muncul dari lingkungan keluarga adalah tentang kegiatan setelah perkuliahan. Umumnya mereka bertanya kapan mendapatkan

pekerjaan. Pertanyaan yang terdengar biasa ternyata berbeda jika didengar oleh seseorang yang sedang menjalani masa *quarter life crisis*. Individu menjadi mudah tersinggung mengingat bahwa usaha melamar pekerjaan dan informasi lowongan selalu dicari, namun belum mendapatkan hasil. Untuk menghindari pertanyaan yang menekan tentang pekerjaan, individu lebih memilih bermain dengan teman yang memiliki nasib yang sama.

Mereka merasakan adanya kegelisahan yang timbul dan ketakutan tidak mendapatkan pekerjaan. Pembicaraan sekilas tentang kehidupan dewasa awal membuat mereka tersadar bahwa mereka sedang berada di fase krisis. Tanpa sadar, rasa tertekan, cemas, membandingkan dengan teman, putus asa, dan penilaian negatif terhadap diri sendiri menunjukkan ciri-ciri *quarter life crisis*.

Hal ini sejalan dengan pendapat Robinson (Herawati, 2020) yang menjelaskan ciri-ciri *quarter life crisis* pada individu ialah adanya perasaan tidak mengetahui tujuan hidup, ketakutan akan kegagalan, membandingkan dengan teman-teman, pencapaian yang tidak sesuai harapan, perasaan tidak mampu, dan merasa tidak berguna. Mahasiswa pada tingkat akhir kerap mengalami perasaan yang negatif, yakni bingung, sedih, kehilangan harapan, tekanan, dan berbagai emosi negatif lainnya. Jika perasaan negatif tersebut tidak segera diatasi, maka akan cenderung memburuk dan dapat mengakibatkan stres, depresi, atau gangguan psikologis yang lainnya.

Ketika sedang merasakan *quarter life crisis*, individu membutuhkan dukungan dari lingkungan yang terdekat. Yakni keluarga. Keluarga diharapkan mampu membantu individu agar mampu melewati masa *quarter life crisis*. Namun, jikalau keluarga menjadi lingkungan yang terus menekan individu, maka ditakutkan

individu semakin terpuruk dan tidak mendapatkan solusi atas masa krisis yang dialaminya.

Penelitian terdahulu menyatakan bahwa *quarter life crisis* bisa di pengaruhi oleh banyak hal. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Fazirah (2023) menunjukkan bahwa *quarter life crisis* dipengaruhi oleh faktor internal (dalam) dan eksternal (luar). Faktor yang internal dapat berupa pengalaman masa kecil yang menyenangkan dan berdampak positif bagi seseorang. Faktor eksternal berupa faktor lingkungan, seperti dukungan oleh keluarga dan lingkungan sekitar.

Dukungan dari orang tua dianggap sebagai faktor yang paling berpengaruh dalam pembangunan karir individu. Keberadaan dukungan ini dianggap krusial karena keluarga dapat memberikan dukungan sumber daya, sosioemosional, dan peluang pembelajaran, terutama ketika individu sedang menyesuaikan antara diri dari masa anak-anak hingga awal remaja. Dukungan keluarga merupakan suatu proses yang berlangsung selama rentang kehidupan, di mana jenis dan sifat dukungannya dapat bervariasi dalam berbagai tahap siklus kehidupan.

Ketika merasakan *quarter life crisis*, keluarga yang memberikan dukungan memiliki peran penting sebagai bentuk kepercayaan agar individu mampu mengatasi krisis kehidupannya. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu Fitri (2023) menunjukkan terdapat adanya hubungan negatif pada dukungan keluarga dengan *quarter life crisis*, dengan artian, semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin rendah *quarter life crisis* seseorang. Kesimpulan yang sama didapatkan pada penelitian Conny & Korah (2022) menunjukkan terdapat hubungan yang negatif antara fungsi keluarga dan krisis seperempat abad saat dewasa awal. Apabila fungsi keluarga buruk, maka krisis sepertempat hidup tinggi,

begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan pemaparan dari latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Quarter Life Crisis* pada Alumni Psikologi UMA”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara Dukungan Keluarga dan *Quarter Life Crisis* pada Alumni Psikologi UMA.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris adanya hubungan Dukungan Keluarga dengan *Quarter Life Crisis* pada Alumni Psikologi UMA.

1.4 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian tersebut, hipotesis penelitian ini ialah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan keluarga dengan *Quarter Life Crisis* pada Alumni Psikologi UMA. Dengan asumsi semakin besar dukungan keluarga yang diterima, maka semakin kecil *quarter life crisis*. Sebaliknya, semakin rendah dukungan keluarga, maka semakin tinggi *quarter life crisis*.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah:

- a. Memperluas pemahaman dan ilmu pengetahuan terkait konsep dukungan keluarga dan *quarter life crisis*.
- b. Memberikan edukasi kepada pembaca, khususnya anggota keluarga atas

pentingnya memberikan dukungan bagi individu yang mengalami *quarter life crisis*.

1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagi pembaca, khususnya anggota keluarga diharapkan mampu meningkatkan kesadaran atas pentingnya dukungan keluarga terhadap individu yang mengalami *quarter life crisis*.
- b. Bagi individu yang sedang mengalami *quarter life crisis*, diharapkan dapat memahami bagaimana cara melewati *quarter life crisis* dengan menerima kekurangan diri sendiri dan dapat menggali serta mengembangkan potensi yang dimiliki.
- c. Bagi peneliti diharapkan dapat bermanfaat untuk sumber acuan penelitian selanjutnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Quarter Life Crisis

2.1.1 Definisi *Quarter Life Crisis*

Istilah *quarter life crisis* atau krisis usia seperempat abad adalah sebuah fase saat seseorang merasa cemas akan masa depan dan mulai mempertanyakan kembali hal-hal terkait pilihan hidupnya. Robbins, dalam bukunya “*The Unique Challenges of Life in Your Twenties*” menjelaskan bahwa dalam fase “dewasa muda”, individu harus siap menemukan identitas mereka sebelum memasuki fase baru, yaitu dewasa seutuhnya. Jika mengalami kegagalan dalam membangun komitmen, mereka cenderung akan mengalami kebingungan pada identitasnya. Hal inilah yang dapat membawa seseorang pada *quarter life crisis*.

Fischer menyatakan bahwa *quarter life crisis* adalah masa krisis emosional saat usia 20an yang disebabkan adanya perasaan khawatir terhadap ketidakpastian hidup di masa depan menyangkut relasi, karier, dan kehidupan sosial (Habibie, 2019). Individu yang berada di fase ini tidak mampu melewati tahapan perkembangan dengan baik sehingga kurang mampu merespon persoalan yang dihadapi. Ia cenderung akan merasa terombang-ambing dalam ketidakpastian dan mengalami krisis emosional. Nash dan Murray (Habibie, 2019) menyatakan bahwa fase *quarter life crisis* adalah masalah terkait mimpi dan harapan, tantangan kepentingan akademis, agama dan spiritual, serta kehidupan pekerjaan dan karir.

Robbins dan Wilner memandang *quarter life crisis* sebagai suatu fase yang dirasakan oleh individu setelah menyelesaikan pendidikan tinggi, dimana individu mengalami kegelisahan, tekanan untuk menghadapi realita kehidupan yang terus menerus berubah, menemui banyaknya pilihan yang mengakibatkan individu menjadi ragu, merasa tidak berdaya, dan panik (Asrar, 2022). Umumnya, permasalahan ini terjadi pada individu ketika memasuki usia 21-28 tahun.

Berdasarkan definisi yang dikemukakan oleh para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa *quarter life crisis* adalah fase krisis emosional yang dirasakan seseorang ketika memasuki usia dewasa awal disertai dengan adanya perasaan cemas dan khawatir tentang masa depan.

2.1.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi *Quarter Life Crisis*

Robbins (Nash & Murray, 2009) dalam buku yang berjudul *Helping College Student Find Purpose (The Campus Guide of Meaning Making)* periode *Quarter Life Crisis* dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal, yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal atau faktor dalam diri muncul berawal dari pemikiran diri mengenai berbagai aspek kehidupan.

1) *Hopes and dreams*

Mimpi dan harapan berkaitan dengan karir, keluarga, pertemanan, dan pasangan. Setiap individu mendambakan karier yang sukses, mampu membahagiakan keluarga, memiliki pasangan setia, serta memiliki lingkungan pertemanan yang supportif. Terkadang, ada fase di mana seseorang mulai ragu dan mulai mempertanyakan serta membayangkan apa yang terjadi di masa depan. Keraguan dan ketakutan yang muncul menimbulkan kondisi krisis emosional.

2) *Religion and spirituality*

Semakin dewasa seseorang, maka ia semakin berpikir kritis, termasuk agama dan spiritual. Kematangan emosional yang belum stabil turut memiliki andil dalam proses menjalankan ketaatan beragama masing-masing. Terkadang, dikarenakan belum stabilnya emosi membuat pertanyaan muncul, apakah ini agama yang sesuai dengan jati diri individu atau hanya karena musabab ajaran turun temurun dari orang tua. Oleh karena itu, individu merasa belum memahami ajaran agama masing-masing sehingga menimbulkan perasaan bingung akan kepercayaan yang dianut.

b. Faktor Eksternal

Selain faktor internal, individu yang mengalami fase *quarter life crisis* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yang berasal dari luar diri.

1) Keluarga, pertemanan, dan hubungan percintaan

Manusia tidak mampu hidup sendiri tanpa bantuan yang lain dan akan selalu memiliki keterikatan antar sesama. Ini dikarenakan manusia adalah makhluk sosial. Selama hidup, individu tidak terlepas dari komunikasi interpersonal atau interaksi dengan orang lain, terutama orang terdekat, yakni keluarga, teman, dan pasangan. Orang-orang terdekat yang akan menentukan berhasil atau tidaknya individu dalam melewati fase *quarter life crisis*.

2) Tantangan akademis

Semua orang berharap ingin memiliki akses pendidikan yang baik, sebab pendidikan adalah unsur penting untuk menunjang kesuksesan. Namun, ada titik di mana individu akan bertanya-tanya, apakah jurusan yang diambil sudah tepat, apakah sudah mempelajari semuanya dengan benar, apakah akan lanjut ke strata

berikutnya, dan sebagainya. Hal ini yang akan menimbulkan ketakutan untuk mengambil sebuah keputusan.

3) Kehidupan pekerjaan

Seiring bertambah usia, maka seseorang harus mandiri dan tidak bergantung pada orang tua. Ketika mulai dewasa, terkadang individu merasa belum siap untuk mandiri secara *financial*. Mau tidak mau, seseorang harus mempertimbangkan mengenai pekerjaan, seperti mempertimbangkan antara memilih pekerjaan yang disukai atau pekerjaan yang menghasilkan banyak uang namun tidak minat sepenuhnya.

Berdasarkan pandangan Arnett (Ussurur, 2021) terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang memengaruhi *Quarter Life Crisis*, yaitu:

a. Faktor Internal

Berupa *identity exploration*, yakni proses explorasi individu dari remaja ke dewasa. Lalu, *instability*, yakni individu merasa mampu meninggalkan segala ketergantungan. Kemudian *being self focused*, yakni seseorang belajar mandiri, mampu membuat keputusan sendiri, dan sudah berani bertanggung jawab atas dirinya. Setelah tu, *feeling in between*, yaitu seseorang memenuhi kriteria untuk menjadi dewasa meskipun belum sepenuhnya dewasa, serta *the age of possibilities*, individu berkesempatan untuk berkembang ke arah positif.

b. Faktor Eksternal

Berupa hubungan percintaan, pertemanan, dan keluarga, yang membuat seseorang merasa ragu atas setiap hubungan yang dijalani. Kemudian pekerjaan dan karir, yang belum berkembang, serta tantangan dalam bidang akademik, yang membuatnya terhambat dalam dunia pendidikan.

Selain itu, Sari (2021) mengemukakan faktor yang dapat memengaruhi

seseorang dalam masa *quarter life crisis* antara lain pengaruh sosial media, latar belakang pendidikan, pekerjaan yang ditekuni, dukungan keluarga, lingkungan, dan keselarasan antara keinginan pribadi dengan tuntutan lingkungan (Pongantung, 2022).

Berdasarkan uraian mengenai faktor yang dapat memengaruhi *Quarter Life Crisis*, dapat disimpulkan bahwa terdapat dua hal, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari *hope and dreams, religion and spirituality*. Faktor eksternal terdiri dari keluarga, pertemanan, hubungan percintaan, tantangan akademis, dan kehidupan pekerjaan.

2.1.3 Aspek-Aspek *Quarter Life Crisis*

Robbins dan Wilner (Kistom, 2022) menyatakan terdapat aspek-aspek dalam *Quarter Life Crisis*, yakni:

a. Kebimbangan dalam mengambil keputusan

Umumnya, menginjak usia dewasa, seseorang akan dihadapkan oleh banyak pilihan. Pilihan yang ada diharapkan dapat memunculkan harapan baru mengenai masa depan, meskipun terkadang mengalami kebingungan dan ketakutan akan ketidakpastian. Adanya rasa khawatir jika mengambil pilihan yang salah membuat seseorang bimbang dalam menentukan pilihan. Pilihan yang ditetapkan akan berdampak untuk jangka pendek dan jangka panjang. Individu belum memiliki banyak pengalaman sehingga cenderung bimbang dalam mengambil keputusan.

b. Merasa putus asa

Perasaan yang tidak puas dengan hasil yang didapat menyebabkan timbulnya rasa putus asa. Perasaan ini akan semakin besar jikalau individu membandingkan dirinya dengan rekan sebaya yang dilihat mendapatkan hasil yang

lebih baik, baik dalam bidang akademis, maupun karir.

c. Penilaian negatif terhadap diri sendiri

Individu memandang kelemahan yang dimiliki adalah suatu hal negatif yang menghambatnya untuk berkembang. Perasaan meragukan diri membuatnya tidak mampu melewati tantangan yang ia hadapi. Alhasil, ia melihat dirinya lebih rendah dibandingkan orang lain.

d. Terjebak dalam situasi sulit

Lingkungan sangat berpengaruh akan tumbuh kembang individu. Lingkungan juga dapat memberi stimulus terhadap pola pikir dan tingkah laku seseorang, hingga membawa individu ke dalam situasi sulit yang membuatnya tidak dapat mengambil keputusan.

e. Cemas

Individu memiliki banyak harapan dan keinginan di masa depan. Namun, adanya ketakutan bila harapan tidak tercapai membuat seseorang menjadi cemas. Meskipun begitu, individu tetap berusaha melakukan semampu yang ia bisa agar dapat mewujudkan harapan dan keinginan.

f. Rasa tertekan

Perasaan tertekan dalam menghadapi persoalan yang bertambah berat setiap harinya. Perlahan, rasa tertekan akan mengganggu individu dalam beraktivitas. Perasaan tertekan menjadi suatu beban yang harus dihilangkan.

g. Khawatir terhadap relasi interpersonal

Di Indonesia, tanpa sadar memiliki keharusan setiap individu untuk menikah dan memiliki karir yang mampan di umur 30-an. Individu yang mengalami *quarter life crisis* akan merasa terganggu dengan keharusan ini dan menganggap

suatu masalah besar yang membebani.

Hassler (Khafidza, 2023) menyatakan bahwa terdapat 7 aspek *Quarter Life Crisis*, yakni:

1. Bimbang dalam mengambil keputusan

Individu yang berada di fase ini meragukan banyak keputusan yang akan atau telah diambil.

2. Putus asa

Kondisi ketika individu merasa bahwa dirinya tidak mencapai sesuatu atau gagal dalam melaksanakan tugas.

3. Penilaian negatif

Individu melihat dirinya secara negatif karena tidak ada pencapaian yang didapat dan usaha yang dilakukan tidak sesuai dengan harapan.

4. Terjebak dalam situasi sulit

Individu menganggap bahwa tidak ada jalan keluar dalam hidupnya karena terjebak dalam pilihan hidup yang sudah dipilih.

5. Cemas

Individu mengkhawatirkan kondisi yang belum tentu terjadi di masa depan.

6. Tertekan

Individu merasakan tekanan dari sosial mengenai tuntutan untuk mandiri.

Berdasarkan uraian di atas, maka aspek-aspek *quarter life crisis* adalah kebingungan mengambil keputusan, merasa putus asa, penilaian negatif terhadap diri sendiri, terjebak dalam situasi sulit, cemas, perasaan tertekan, dan khawatir akan relasi interpersonal.

2.1.4 Ciri-ciri *Quarter Life Crisis*

Robinson (Herawati, 2020) menyatakan bahwa terdapat ciri-ciri *Quarter Life Crisis*, yaitu:

- a. Individu tidak mengetahui tujuan hidup dan keinginannya;
- b. Individu tidak siap akan kegagalan;
- c. Adanya perasaan tidak ingin merelakan masa kecil dan masa remaja berakhir
- d. Pencapaiannya di usia 20an tidak sesuai dengan apa yang ia harapkan;
- e. Takut untuk menempatkan pilihan yang tepat dalam mengambil keputusan; dan
- f. Membandingkan pencapaian dan keadaan diri sendiri dengan orang lain sehingga timbul perasaan tidak mampu dan tidak berguna.

Penelitian yang dilakukan oleh Karpika (2021) terdapat ciri-ciri individu yang mengalami *quarter life crisis*, sebagai berikut:

1. Khawatir dengan masa depan.

Pada usia 20-30 tahun, individu melakukan berbagai cara agar masa depan lebih baik.

2. Sering mempertanyakan kembali tentang hidup

Individu bertanya apakah hidup yang dijalani saat ini sudah tepat atau tidak sehingga menyebabkan individu terasa bimbang akan kehidupannya.

3. Berbeda pendapat dengan orang tua

Individu memiliki tujuan sendiri yang berbeda dengan keinginan orang tua. Hal ini memicu perbedaan pendapat yang akhirnya membuat bingung harus menuruti orang tua atau tujuan individu tersebut.

4. Sering merasa gagal karena kurang motivasi

Kurangnya motivasi yang kuat membuat individu sering merasa gagal.

5. Merasa tertinggal dengan teman-temannya

Individu berpikir mengapa teman temannya sudah terlihat sukses, sedangkan individu masih berkutat dengan hidupnya yang tertinggal jauh.

Berdasarkan uraian di atas, maka ciri-ciri *quarter life crisis* adalah individu tidak mengetahui tujuan hidup dan keinginannya, tidak siap kegagalan, kurang motivasi, tidak ingin merelakan masa kecil, pencapaian tidak seperti yang diharapkan, takut menempatkan pilihan, merasa tertinggal, dan membandingkan diri dengan orang lain.

2.2 Dukungan Keluarga

2.2.1 Definisi Dukungan Keluarga

Keluarga merupakan lingkup sosial terkecil yang memberikan pengaruh besar dalam berbagai aspek untuk tumbuh kembang seorang anak. Menurut Kemenkes (2016) Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) Republik Indonesia Nomor 39 tahun 2016, keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat, terdiri dari kakek atau nenek atau individu yang masih memiliki hubungan darah bahkan bisa juga tidak memiliki hubungan darah.

Dukungan keluarga adalah salah satu bentuk interaksi yang didalamnya terdapat hubungan yang saling memberi dan menerima bantuan yang bersifat nyata yang dilakukan oleh keluarga (suami, istri, saudara, mertua, orang tua). Ayuni (2020) menyatakan anggota keluarga adalah orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Friedman (2010) menjelaskan dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya. Friedman, Bowden, & Jones (2010) menyatakan bahwa dukungan keluarga didefinisikan sebagai dua orang atau lebih yang

disatukan oleh kebersamaan dan kedekatan emosional serta mengidentifikasi dirinya sebagai bagian dari keluarga (Farlina, 2023)

Berdasarkan definisi yang dikemukakan oleh para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga adalah kelompok sosial yang berisi dua orang atau lebih yang berinteraksi, saling memberikan bantuan dan juga dukungan.

2.2.2 Faktor yang Memengaruhi Dukungan Keluarga

Purnawan (Rahayu, 2008) menyatakan faktor-faktor yang memengaruhi dukungan keluarga adalah:

a. Faktor Internal

1) Tahap perkembangan

Dukungan ditentukan oleh faktor usia, yakni pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu, setiap rentang usia (bayi-lansia) memiliki pemahaman dan respon terhadap perubahan kesehatan yang berbeda-beda.

2) Pendidikan

Keyakinan seseorang terhadap adanya dukungan terbentuk oleh variabel intelektual yang terdiri dari pengetahuan, latar belakang pendidikan dan pengalaman masa lalu. Kemampuan kognitif akan membentuk cara berfikir seseorang termasuk kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berhubungan dengan penyakit dan menggunakan pengetahuan tentang kesehatan untuk menjaga kesehatan dirinya.

3) Emosi

Faktor emosional juga memengaruhi keyakinan terhadap adanya dukungan dan cara melakukannya. Seseorang yang mengalami respon stress dalam setiap perubahan hidupnya cenderung memberikan respon terhadap berbagai tanda sakit,

dapat dilakukan dengan cara mengkhawatirkan bahwa penyakit tersebut dapat mengancam kehidupannya.

4) Spiritual

Spiritual dapat terlihat dari bagaimana seseorang menjalani kehidupannya, mencakup nilai dan keyakinan yang dilaksanakan, hubungan dengan keluarga atau teman, dan kemampuan mencari harapan dan arti dalam hidup.

b. Faktor Eksternal

1) Praktik di keluarga

Cara bagaimana keluarga memberikan dukungan biasanya mempengaruhi penderita dalam melaksanakan kesehatannya. Misalnya, klien juga kemungkinan besar akan melakukan tindakan pencegahan jika keluarga melakukan hal yang sama.

2) Faktor sosio-ekonomi

Faktor sosial dan psikososial dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit dan mempengaruhi cara seseorang mendefinisikan dan bereaksi terhadap penyakitnya. Mencakup stabilitas perkawinan, gaya hidup, dan lingkungan kerja. Seseorang biasanya akan mencari dukungan dan persetujuan dari kelompok sosialnya yang akan mengaruhi keyakinan kesehatan dan cara pelaksanaannya. Semakin tinggi tingkat ekonomi seseorang maka ia akan lebih cepat tanggap terhadap gejala penyakit yang dirasakan. Sehingga ia akan segera mencari pertolongan ketika merasa ada gangguan pada kesehatannya.

3) Latar belakang budaya

Latar belakang budaya memengaruhi keyakinan, nilai, dan kebiasaan individu dalam memberi dukungan, termasuk cara pelaksanaan kesehatan pribadi.

Friedman menjelaskan faktor yang memengaruhi dukungan keluarga adalah kelas tingkat ekonomi meliputi tingkat pendapatan atau pekerjaan, dan tingkat pendidikan (Firmansyah, 2017).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang memengaruhi dukungan keluarga adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari tahap perkembangan, pendidikan, emosi, dan spiritual. Faktor eksternal terdiri dari praktik di keluarga, tahap sosio-ekonomi, dan latar belakang budaya.

2.2.3 Aspek-Aspek Dukungan Keluarga

Friedman (Saputri, 2017) bentuk dan fungsi dukungan keluarga ke dalam 4 dimensi, yaitu:

a. Dukungan emosional

Dukungan emosional adalah keluarga sebagai tempat yang aman untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penguasaan terhadap emosi. Aspek- aspek dukungan emosional meliputi dukungan yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, adanya kepercayaan, perhatian, mendengarkan dan didengarkan. Dukungan emosional melibatkan ekspresi empati, perhatian, pemberian semangat, kehangatan pribadi, cinta, atau bantuan emosional yang mendorong perasaan nyaman dan mengarahkan individu untuk percaya bahwa ia dipuji, dihormati, dan dicintai, dan bahwa orang lain bersedia untuk memberikan perhatian.

b. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental adalah keluarga merupakan sumber pertolongan praktis dan konkrit, diantaranya adalah dalam hal kebutuhan keuangan, makan, minum, dan istirahat.

c. Dukungan informasional

Dukungan informasional adalah keluarga berfungsi sebagai pemberi informasi, di mana keluarga menjelaskan tentang pemberian saran, sugesti, informasi yang dapat digunakan mengungkapkan suatu masalah. Aspek-aspek dalam dukungan ini adalah nasehat, usulan, saran, petunjuk dan pemberian informasi

d. Dukungan penilaian dan penghargaan

Dukungan penghargaan atau penilaian adalah keluarga bertindak membimbing dan menengahi pemecahan masalah, sebagai sumber dan validator identitas anggota keluarga diantaranya memberikan dukungan, penghargaan, dan perhatian.

Selain itu, aspek dukungan keluarga menurut House dan Kahn (Latipun, 2016) adalah:

a. Dukungan emosional

Dukungan emosional berupa rasa nyaman, perasaan dicintai atau diperhatikan sehingga orang yang menerima perasaan merasa berharga. Dukungan ini membuat seseorang merasa nyaman, tenang, dimiliki, dan dicintai.

b. Dukungan informasi

Dukungan informasi adalah bentuk dukungan berupa memberikan solusi, saran, nasehat, serta pertimbangan tentang bagaimana seseorang harus berbuat.

c. Dukungan perangkat

Dukungan perangkat termasuk dukungan seperti memberikan bantuan keuangan dan bantuan nyata. Misalnya, ketika individu memberi atau meminjamkan uang dan membantu pekerjaan rumah dan tugas sehari-hari.

d. Dukungan penilaian

Dukungan yang diberikan berupa penghargaan atas usaha yang telah dilakukan, memberi umpan balik mengenai hasil dan prestasi atas pencapaian seseorang.

Berdasarkan uraian di atas, maka aspek-aspek dukungan keluarga adalah dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan.

2.3 Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Quarter Life Crisis*

Masa *quarter life crisis* adalah periode peralihan menuju dewasa awal yang diikuti dengan perasaan cemas dan gelisah akan ketidakpastian di masa depan. Robbins & Wilner (2001) menggambarkan krisis seperempat hidup sebagai bentuk dari ketidakstabilan dan perubahan yang terjadi secara berkelanjutan dihasilkan dari tugas perkembangan sehingga seseorang merasa takut dan khawatir. Individu yang tidak mampu mengatasi masa *quarter life crisis* cenderung mengalami bimbang, berpikir bahwa hidup terlalu stagnan, merasa putus asa, emosi tidak stabil, merasa terisolasi, meragukan diri sendiri, dan merasa takut gagal. Sedangkan individu yang mampu mengatasi *quarter life crisis* tanpa berlarut-larut akan berkomitmen untuk menjalani peran baru dalam hidup mereka dengan mengendalikan perasaan mereka, menyadari bahwa perubahan diperlukan agar menjadi motivasi, dan memiliki kepuasan dengan diri mereka jika dibandingkan dengan kehidupan sebelumnya.

Robbins (2001) menjelaskan bahwa salah satu faktor eksternal *quarter life crisis* adalah lingkup keluarga, pertemanan, dan hubungan percintaan. Dengan adanya dukungan dari orang terdekat, individu yang menjalani masa *quarter life crisis* akan mampu memulihkan keadaan fisik maupun psikis. Sedangkan, masa

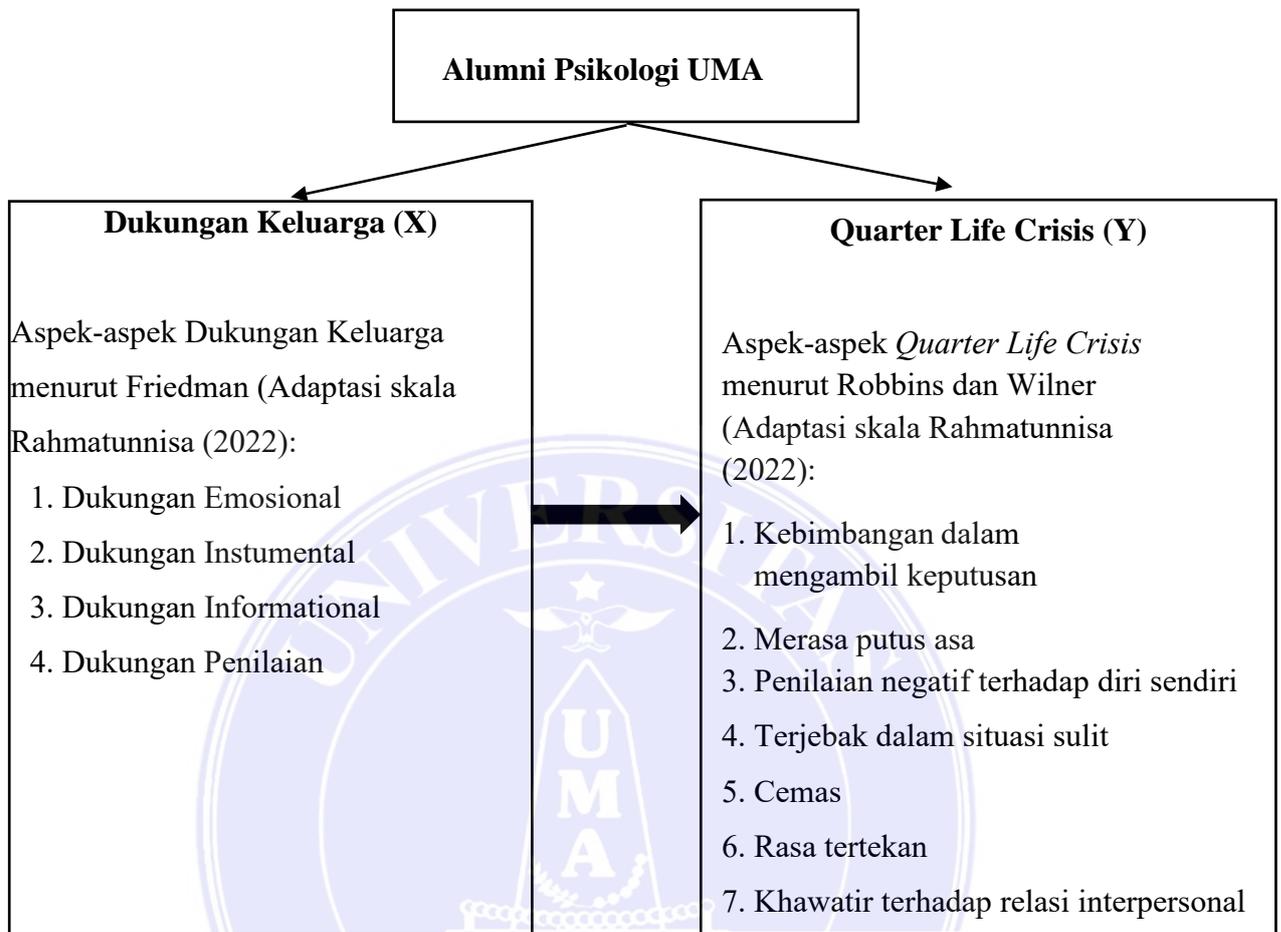
krisis akan menjadi berlarut ketika individu tidak merasakan bantuan dari orang-orang terdekat dalam memecahkan masalah.

Dukungan keluarga tidak hanya berwujud dalam bentuk dukungan moral, melainkan dukungan spiritual dan dukungan material sehingga dapat meringankan beban bagi seseorang yang sedang mengalami masalah masalah serta menyadarkan bahwa masih ada orang lain yang peduli. Apabila ada dukungan, maka rasa percaya diri akan bertambah dan motivasi untuk menghadapi masalah yang terjadi akan meningkat.

Penelitian yang dilakukan oleh Wijaya (2022) menyatakan bahwa dukungan sosial berkorelasi terhadap krisis usia seperempat abad dengan aspek dukungan keluarga memiliki peran paling tinggi sebanyak 11%. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Conny & Korah (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara keberfungsian keluarga dengan krisis seperempat hidup pada dewasa awal. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahajeng (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga dan *quarter life crisis*. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial keluarga, maka semakin rendah *quarter life crisis* yang dialami.

Uraian di atas menunjukkan bahwa mengatasi fase *quarter life crisis* membutuhkan dukungan dari keluarga. Jika keluarga memberikan dukungan yang tinggi, maka individu cenderung mampu mengatasi *quarter life crisis*. Begitu juga sebaliknya, jika keluarga memberikan support yang rendah, maka individu cenderung tidak mampu mengatasi *quarter life crisis*.

2.3.1. Kerangka Konseptual



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Universitas Medan Area berada di wilayah Kota Medan, Sumatera Utara. Universitas ini memiliki 2 bangunan kampus yang terletak di jalan yang berbeda, yaitu kampus I berada di Jalan Kolam Nomor 1 Medan dan Kampus II terletak di Jalan Setia Budi Nomor 79B / Jalan Sei Serayu Nomor 70A Medan. Pada tanggal 19 Januari 2024, peneliti meminta surat pengantar dari Fakultas Psikologi yang akan ditujukan kepada Universitas Medan Area. Lalu, permintaan pelaksanaan penelitian disetujui sehingga peneliti melaksanakan penelitian tanggal 22-26 Januari. Peneliti menyebarkan kuesioner melalui aplikasi chat Telegram dan WhatsApp kepada para alumni psikologi UMA yang sesuai dengan kriteria penelitian. Setelah itu, dikeluarkan surat keterangan bahwa telah selesai melaksanakan penelitian pada tanggal 31 Januari 2024.

Tabel 3.1 Jadwal Penelitian

No.	Kegiatan	Pelaksanaan Bulan / Minggu ke										
		Januari				Februari						
		1	2	3	4	1	2	3	4			
1.	Pengajuan surat pengantar penelitian dari fakultas											
2.	Permintaan izin penelitian diterima											
3.	Pelaksanaan penelitian											
4.	Pengajuan surat keterangan selesai penelitian											
5.	Pengolahan hasil data penelitian											

3.2 Bahan dan Alat

Dalam melaksanakan penelitian, peneliti menggunakan bahan berupa lembar kuesioner yang disebar secara online melalui *Google Form*. Kemudian data diuji dengan menggunakan software SPSS 21.0.

3.3 Metodologi Penelitian

Rancangan penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif, yakni penelitian dengan didasarkan pada asumsi dan dianalisis dengan metode yang valid (Ibrahim, dalam Ali, 2002) dengan bertujuan untuk menguji teori dengan menganalisa hubungan antara dua variabel atau lebih. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Tujuan menggunakan korelasional adalah untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Di mana variabel bebas (X) adalah dukungan keluarga dan variabel terikat (Y) adalah *quarter life crisis*.

3.3.1. Definisi Operasional

Dalam pelaksanaan penelitian, variabel harus didefinisikan dengan jelas agar terbentuk alat ukur mana yang akan dipergunakan. Penelitian ini memiliki definisi operasional sebagai berikut:

1. *Quarter Life Crisis*

Quarter Life Crisis ialah fase krisis emosional yang dirasakan individu ketika memasuki usia dewasa awal disertai dengan adanya perasaan cemas dan khawatir tentang masa depan.

2. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga ialah kelompok sosial yang berisi dua orang atau lebih yang berinteraksi, saling memberi bantuan dan dukungan.

3.4 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini mengacu pada model Skala Likert dengan menggunakan skala *quarter life crisis* dan dukungan keluarga yang diadaptasi dari Rahmatunnisa (2022). Skala dukungan keluarga disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan keluarga yang diungkapkan oleh Friedman (2013) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penilaian atau penghargaan. Sedangkan skala *quarter life crisis* yang dirujuk berdasarkan aspek-aspek *quarter life crisis* yang diungkapkan oleh Robbins dan Wilner (2001), yakni kebingungan dalam mengambil keputusan, merasa putus asa, penilaian negatif terhadap diri sendiri, terjebak dalam situasi sulit, cemas, rasa tertekan, dan khawatir terhadap relasi interpersonal.

Untuk penelitian ini, Skala Likert yang digunakan bersifat *favourable* dan *unfavourable*. Setiap aitem memiliki empat tingkat jawaban yang terdiri dari “Sangat Setuju (SS)”, “Setuju (S)”, “Tidak Setuju (TS)”, dan “Sangat Tidak Setuju (STS)”. Aitem yang bersifat *favourable* bernilai 4-3-2-1 dan aitem yang bersifat *unfavourable* bernilai 1-2-3-4.

a. Validitas

Menurut Sugiharto dan Sitinjak (2006), validitas harus dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Uji Validitas adalah uji yang digunakan untuk menunjukkan sejauh mana alat ukur mampu mengukur apa yang akan diukur. Suatu *instrument* yang valid akan memiliki validitas yang tinggi. Sebaliknya, *instrument* yang tidak valid akan memiliki validitas rendah. Aitem akan diuji validitasnya melalui skor *Corrected Item Total Correlation*.

b. Reliabilitas

Sugiharto (Sanaky, 2021) menyatakan bahwa reliabilitas digunakan untuk memperoleh informasi bahwa *instrument* yang digunakan mampu mengungkapkan informasi. Reliabilitas akan diuji menggunakan Teknik *Alpha Cronbach*.

3.5 Metode Analisis Data

Sebelum melakukan analisis data untuk menguji hipotesis, akan dilakukan uji asumsi klasik terhadap sebaran data. Uji asumsi yang akan digunakan adalah uji normalitas dan reliabilitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang akan digunakan adalah *Kolmogorov-Smirnov*. Kriterianya adalah bila diketahui nilai signifikansi (Sig.) untuk semua data $> 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian berdistribusi normal. Namun, bila diketahui nilai signifikansi (Sig.) untuk semua data $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian berdistribusi tidak normal.

b. Uji Linearitas

Uji Linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel atau lebih yang diuji mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Uji ini biasanya digunakan sebagai persyaratan dalam analisis kolerasi atau regresi linear. Kriterianya adalah jika nilai probabilitas $> 0,05$ maka hubungan antara variable (X) dengan (Y) adalah linear. Jika nilai probabilitas $< 0,05$ maka hubungan antara variable (X) dengan (Y) adalah tidak linear.

3.6 Populasi dan Sampel

3.6.1 Populasi

Sugiyono (Ajijah & Selvi, 2021) menyatakan populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu seperti yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulan. Dalam penelitian ini, populasi alumni Psikologi UMA periode I dan II tahun 2023 adalah 430 orang.

3.6.2 Sampel

Sugiyono (2019) menyatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik populasi. Sampel adalah bagian dari populasi yang akan menjadi subjek penelitian. Pemilihan sampel harus dilakukan dengan berbagai pertimbangan agar hasilnya benar-benar mewakili populasi. Dalam hal ini, didapatkan sampel penelitian sebanyak 138 orang yang bersedia menjadi subjek penelitian dan memenuhi kriteria.

3.6.3 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling atau pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Sugiyono (2018) mengatakan teknik *purposive sampling* adalah pengambilan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan. Kriteria sampel untuk penelitian ini adalah:

- Dewasa awal
- Alumni Psikologi UMA
- Belum memiliki pekerjaan tetap

3.7 Prosedur Kerja

Penelitian dilakukan dengan menggunakan skala. Skala pengukuran dalam kuantitatif adalah acuan yang berfungsi sebagai penentuan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut mampu menghasilkan data kuantitatif. Salah satu jenis skala yang dapat digunakan adalah Skala Likert. Menurut Sugiyono (2018), Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan Skala Likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Adapun penggunaan skala ini pada dua variabel adalah *skala quarter life crisis* dan skala dukungan keluarga.

3.7.1 Skala *Quarter Life Crisis*

Skala *quarter life crisis* disusun dari aspek yang dijabarkan oleh Robbins dan Wilner (2001) dan diadaptasi oleh Rahmatunnisa (2022) mencakup keseimbangan mengambil keputusan, perasaan putus asa, penilaian negatif terhadap diri sendiri, terjebak dalam situasi sulit, kecemasan, rasa tertekan, dan kekhawatiran terhadap relasi interpersonal. Skala disusun dengan 26 item dalam bentuk Skala Likert. Setiap item pertanyaan dibagi menjadi dua kategori, yaitu item yang menggambarkan *favorable* dan item yang *unfavorable*. Validitas skala bergerak dari 0,316-0,692. Dalam uji reliabilitas, alat ukur dianggap reliabel jika menunjukkan nilai *Cronbach Alpha's* > 0,60. Hasil uji reliabilitas skala *quarter life crisis* menunjukkan angka 0,881 sehingga menunjukkan hasil yang reliabel dan dapat digunakan dalam penelitian ini.

Pilihan jawaban yang disediakan terdiri dari empat opsi. Untuk item *favorable*, penilaiannya adalah angka 4 menunjukkan sangat setuju (ss), angka 3

menunjukkan setuju (s), angka 2 menunjukkan tidak setuju (ts), dan angka 1 menunjukkan sangat tidak setuju (sts). Sebaliknya, untuk item *unfavorable*, penilaiannya adalah angka 1 menunjukkan sangat setuju (ss), angka 2 menunjukkan setuju (s), angka 3 menunjukkan tidak setuju (ts), dan angka 4 menunjukkan sangat tidak setuju (sts).

3.7.2 Skala Dukungan Keluarga

Skala dukungan keluarga disusun dari aspek yang dijabarkan oleh Friedman (2013) dan diadaptasi oleh Rahmatunnisa (2022) mencakup dukungan emosional, instrumental, informasional, serta penilaian dan penghargaan. Skala disusun menjadi 24 item dalam bentuk Skala Likert. Setiap item pertanyaan dibagi menjadi dua kategori, yaitu item yang *favorable* dan item yang *unfavorable*. Berdasarkan hasil uji coba dari peneliti sebelumnya, validitas skala bergerak dari 0,349-0,777. Dalam uji reliabilitas, alat ukur dianggap reliabel jika menunjukkan nilai *Cronbach Alpha's* $> 0,60$. Hasil uji reliabilitas skala dukungan keluarga menunjukkan angka 0,943 sehingga menunjukkan hasil yang reliabel dan dapat digunakan dalam penelitian ini.

Pilihan jawaban yang disediakan terdiri dari empat opsi. Untuk item *favorable*, penilaiannya adalah angka 4 menunjukkan sangat setuju (ss), angka 3 menunjukkan setuju (s), angka 2 menunjukkan tidak setuju (ts), dan angka 1 menunjukkan sangat tidak setuju (sts). Sebaliknya, untuk item *unfavorable*, penilaiannya adalah angka 1 menunjukkan sangat setuju (ss), angka 2 menunjukkan setuju (s), angka 3 menunjukkan tidak setuju (ts), dan angka 4 menunjukkan sangat tidak setuju (sts).

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Bagian akhir bab akan menguraikan rangkuman serta rekomendasi yang diperoleh dalam konteks penelitian ini. Pertama, penulis akan mengulas inti yang dapat diambil dari hasil penelitian ini. Lalu, peneliti memberikan saran yang kiranya berguna bagi pihak yang terlibat.

5.1. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis dari korelasi *Product Moment Pearson*, dapat diambil kesimpulan adanya hubungan yang negatif antara dukungan keluarga dengan *quarter life crisis (qlc)*, dengan koefisien (r_{xy}) sebesar $-0,634$ dan nilai signifikansi p senilai $0,000 < 0,05$. Hal ini menyatakan hipotesis diterima, bahwa semakin rendah dukungan keluarga, maka semakin tinggi *quarter life crisis* pada seseorang. Sebaliknya, makin tinggi dukungan keluarga, maka makin rendah *quarter life crisis* pada seseorang.
2. Nilai koefisien determinasi (r^2) sebesar $0,401$. Nilai ini mengindikasikan bahwa *quarter life crisis* dipengaruhi oleh dukungan keluarga sebesar $40,1\%$. Sisanya, sebesar $59,9\%$, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini, seperti tantangan akademis, hubungan pertemanan dan percintaan, serta kehidupan pekerjaan.
3. Berdasarkan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa *quarter life crisis* pada alumni psikologi UMA tergolong tinggi dengan mean hipotetik

sebesar $65 < \text{mean empirik sebesar } 89,13$ dan nilai standar deviasi melebihi satu SD sebesar 15,331. Sementara, dukungan keluarga tergolong rendah dengan mean hipotetik sebesar $60 > \text{mean empiric sebesar } 46,31$ dan nilai standar deviasi melebihi satu SD sebesar 9,119.

5.1.2. Saran

Dari hasil kesimpulan di atas, berikut adalah beberapa saran yang dapat diberikan oleh peneliti, antara lain:

1. Bagi subjek penelitian

Bagi individu dewasa awal yang sedang berada pada *quarter life crisis*, disarankan untuk tidak memberi penilaian negatif terhadap diri, seperti membandingkan diri dengan orang lain. Individu dapat memulai dengan memahami skill dan minat diri sendiri. Ada baiknya untuk melihat peluang pekerjaan dengan menggunakan kemampuan yang dimiliki, sambil tetap mencari pekerjaan yang diharapkan. Mengisi waktu luang dengan belajar hal baru, seperti design grafis, les bahasa, menulis, dan sebagainya.

2. Bagi institusi

Bagi institusi Universitas Medan Area, diharapkan dapat menjalin kerja sama dengan institusi-institusi lain dalam rangka memberikan peluang untuk mahasiswa agar memiliki pengalaman dan skill yang lebih terasah akan karirnya.

3. Bagi keluarga dan lingkungan sosial

Diharapkan individu yang memasuki dewasa awal dapat terhindar dari *iquarter life crisis* dengan adanya dukungan keluarga yang menjadi lingkungan pertama dalam memberikan dukungan penuh secara emosional, informasional,

instrumental, dan penghargaan. Hal ini dapat berupa memberikan rasa nyaman dan rasa dicintai kepada individu sehingga ia tidak mengalami tekanan yang dapat menimbulkan *quarter life crisis*, keluarga memberikan nasehat dan arahan agar individu memahami *quarter life crisis* dari sudut pandang yang berbeda, keluarga juga mengapresiasi setiap pencapaian yang diraih oleh individu sebagai bentuk menghargai proses, meskipun dengan cara yang sederhana.

4. Bagi peneliti berikutnya

Untuk peneliti selanjutnya yang tertarik membahas mengenai *Quarter Life Crisis*, dapat mencari faktor lain yang memengaruhi *quarter life crisis* selain dukungan keluarga, seperti hubungan percintaan, tantangan akademis, kehidupan pekerjaan dan karir, dan sebagainya. Serta, diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat lebih menjabarkan hubungan dari aspek-aspek yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, F.R., & Utami T.M. (2020). Hubungan Efikasi Diri dengan Stress pada Mahasiswa yang Berada dalam Fase *Quarter Life Crisis*. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23–29.
- Ajjah, J. H., & Selvi, E. (2021). Pengaruh Kompetensi dan Komunikasi Terhadap Kinerja Perangkat Desa. *I3(2)*, 232–236.
- Ali, M. Makhrus, dkk. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Penerapannya dalam Penelitian. *Education Journal*. Vol.2 (2).
- Angelica, C. N. R. (2023). Pengaruh Kelekatan Keluarga terhadap Krisis Usia Seperempat Abad Individu yang Berada pada Fase Peralihan Remaja-Dewasa Awal. *Journal Of Social and Economics Research*, 5(2), 1127–1141.
- Arnett J.J. (2004). *The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties*.
- Arini, D.P. 2021. Emerging Adulthood : Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial pada Abad 21. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*. Vol. 15 No. 1 Juli 2021 : 11 - 20.
- Asrar, A. M. & T. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal. *Journal of Behavior and Mental Health*, 3(1), 1–12.
- Atwood, J. D., & Scholtz, C. (2008). The quarter-life time period: An age of indulgence, crisis or both?. *Contemporary Family Therapy*, 30(4), 233-250.
- Conny, E., & Korah, T. (n.d.). *The Role Of Family Functioning In The Quarter-Life Crisis In Early Adulthood During The Covid-19 Pandemic*.
- Daulay, D. H. (2020). *Dinamika Perkembangan Remaja*. Jakarta : Kencana
- Farlina, M. M. A. R. & S. I. M. (2023). Dukungan Keluarga yang Dibutuhkan Orang dengan HIV/AIDS . *Eureka Media Aksara*.
- Fazirah, S. H. & H. A. & L. F. W. (2023). Faktor Penyebab Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(2), 2227–2234.
- Firdaus, F. (2020). Faktor Penyebab *Quarter Life Crisis* pada Dewasa Awal. *Kompas*.
- Firmansyah, R.S. & Mambang Sari, C.W. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dukungan Keluarga dalam Pencegahan Primer Hipertensi. *JKP*, 5.

- Fitri, M. I. N. & L. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal of Art, Humanity, & Social Studies*, 3(2), 70–76.
- Habibie, A. S. N. A. & A. Z. (2019). Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 5(2), 129–138.
- Herawati, I. & H. A. (2020). Quarter Life Crisis pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145–156.
- Jamain, R.R. dkk. (2023). Fase *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Lambung Mangkurat Meniscayakan Harapan? AGCAF? : *Annual Guidance and Counseling Academic Forum*. 133-137.
- Kistom, Jewellius. (2022). *Berdamai dengan Quarter Life Crisis*. Anak Hebat Indonesia.
- Karpika, I. P. & S. N. W. W. (2021). Quarter Life Crisis terhadap Mahasiswa Studi Kasus di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia. *Widyadari*, 22(2), 513–527.
- Khafidza, Zahwa. 2023. Pengaruh Identitas Diri dan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa. *IKRAITH-HUMANIORA* VOL. 7, NO. 3.
- Kusumaningrum, N. A. D. & J. M. (2023). Representasi Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal Ditinjau Berdasarkan Demografi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 18–27.
- Latipun, F. S. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga dan Keberfungsian Sosial pada Pasien Skizofrenia Rawat Jalan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 04, No.02.
- Nash, R. J. & M. M. C. (2009). *Helping College Student Find Purpose (The Campus Guide of Meaning Making)*. Jossey Bass.
- Oktaviani, dkk (2023). Dukungan Sosial dan *Quarter Life Crisis* pada *Fresh Graduate*. *Jurnal Psikologi*, Vol. 18 (2) 2023, 237-250
- Pongantung, P. Yohana. K. A. & M. M. T. (2022). Quarter Life Crisis pada Lulusan Perguruan Tinggi di Kota Manado. *Liberal Arts Journal*, 1(1), 45–59.
- Purnawan. (2008). *Dukungan Keluarga*. PT Remaja Rosdakarya.
- Putri, Dwi Indah, dkk. (2023). Gambaran *Quarter-Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh. *Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 1. No. 2.

- Rahajeng, Azmia Lusianosa. (2022). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal Yang Bekerja*. Naskah Publikasi Program Studi Psikologi.
- Rahmatunnisa, D. (2022). Pengaruh Family Support terhadap Quarter Life Crisis pada Sarjana Fresh Graduate. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Rita & Tommy. (2019). *Dukungan Keluarga terhadap Perawat Covid-19*. NEM.
- Riyanto, A. & A. D. P. (2021). Analisis Deskriptif Quarter Life Crisis pada Lulusan Perguruan Tinggi Universitas Katolik Musi Charitas. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1), 12–19.
- Robbins, A. (2001). *The Unique Challenges of Life in Your Twenties*. Penguin Putnam Inc.
- Saputri, L. C. & Sujarwo, Sari. (2017). Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Menjelang Kelahiran Anak Pertama pada Trimester Ketiga. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, 11(2), 87–96.
- Ussurur, M. S. Dkk. (2021). Menemukan Berbagai Alternatif Intervensi dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis*. *Journal of Contemporary Islamic Counselling*. Vol. 1, No. 1.
- Wijaya, D. A. P. & S. F. S. N. (2022). Analisis Dimensi: Dukungan Sosial dan Krisis Usia Seperempat Abad pada Emerging Adulthood. *Journal Psycho Idea*, 20(1), 41–49.
- Wulandari, P. E. W., & Suarya, L. M. K. S. (2023). Peran Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Krisis Seperempat Abad (Quarter Life Crisis) Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Ilmu Administrasi*, 3.



Lampiran 1

Alat Ukur Penelitian

1. Skala *Quarter Life Crisis*
2. Skala Dukungan Keluarga

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia :

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk mengisi skala yang saya terima dengan suka rela dan tanpa ada paksaan dan tekanan dari pihak manapun. Semua jawaban dan informasi yang saya berikan dalam penelitian ini adalah yang sebenarnya mengenai diri saya, sehingga saya tidak dapat menuntut siapapun di kemudian hari mengenai skala yang saya terima saat ini. Saya mengizinkan penggunaan jawaban dan informasi dalam data ini sebagai data untuk penelitian dan tidak untuk disebarakan kepada siapa pun.

Dengan ini, saya menyatakan

(SETUJU / TIDAK SETUJU) *coret yang tidak perlu

Untuk terlibat menjadi sampel dalam penelitian ini.

Medan, 2024

Yang membuat pernyataan

(.....)

SKALA *QUARTER LIFE CRISIS*

Skala 1

Berikan pendapat Anda terhadap setiap pernyataan dengan memberikan tanda centang pada salah satu kolom jawaban yang telah tersedia. Keterangan sebagai berikut:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pertanyaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya memiliki beberapa impian dan tau cara menggapainya				
2.	Saya ingin melakukan semua hal sesempurna mungkin dan menghindari kegagalan				
3.	Saya yakin semua keputusan yang telah saya ambil adalah keputusan terbaik				
4.	Saya merasa bahwa lulusan sarjana harus lebih sukses dalam berkarir				
5.	Saya merasa mampu melewati berbagai tantangan dalam hidup saya				
6.	Saya percaya bahwa usaha saya selama ini akan membuahkan hasil				
7.	Saya merasa ragu ketika menghadapi pilihan untuk masa depan				
8.	Saya akhir-akhir ini mengkhawatirkan banyak hal, seperti keputusan karir, melanjutkan studi, dan menikah				
9.	Saya memperluas relasi sebanyak mungkin sejak kuliah				
10.	Saya merasa terbebani karena belum bisa membantu ekonomi keluarga				
11.	Saya merasa gelisah ketika memikirkan hubungan percintaan saya seperti putus dari kekasih atau ketidakmampuan memperoleh pasangan				
12.	Saya memiliki gambaran yang jelas mengenai masa depan saya				

13.	Jika terjadi perselisihan dengan orang tua saya, saya mampu menyelesaikan permasalahan				
14.	Saya tidak tahu apa yang akan saya lakukan setelah lulus dari perkuliahan				
15.	Saya merasa kehidupan saya akan berjalan dengan baik				
16.	Saya merasa sudah semakin dewasa, namun belum mampu menghasilkan apa-apa				
17.	Saya merasa tidak sehebat teman saya dalam bidang akademis				
18.	Saya merasa tantangan saya dalam mengerjakan skripsi lebih berat dibanding teman saya				
19.	Saya merasa kehidupan saya berjalan sesuai dengan rencana				
20.	Saya menemukan banyak kekurangan dalam diri saya dibandingkan kelebihan saya				
21.	Saya merasa waktu berjalan begitu cepat, sementara saya belum mampu memutuskan karir yang tepat				
22.	Saya khawatir salah dalam memutuskan karir yang tepat				
23.	Saya memiliki target dan menghargai setiap proses				
24.	Saya merasa bingung antara mengikuti keinginan saya atau orang tua saya				
25.	Saya merasa percaya diri dalam mengambil keputusan karena telah mempertimbangkannya dengan baik				
26.	Saya merasa puas dengan kehidupan saya saat ini				

SKALA DUKUNGAN KELUARGA

Skala 2

Berikan pendapat Anda terhadap setiap pernyataan dengan memberikan tanda centang pada salah satu kolom jawaban yang telah tersedia. Keterangan sebagai berikut:

SS : Sangat Setuju

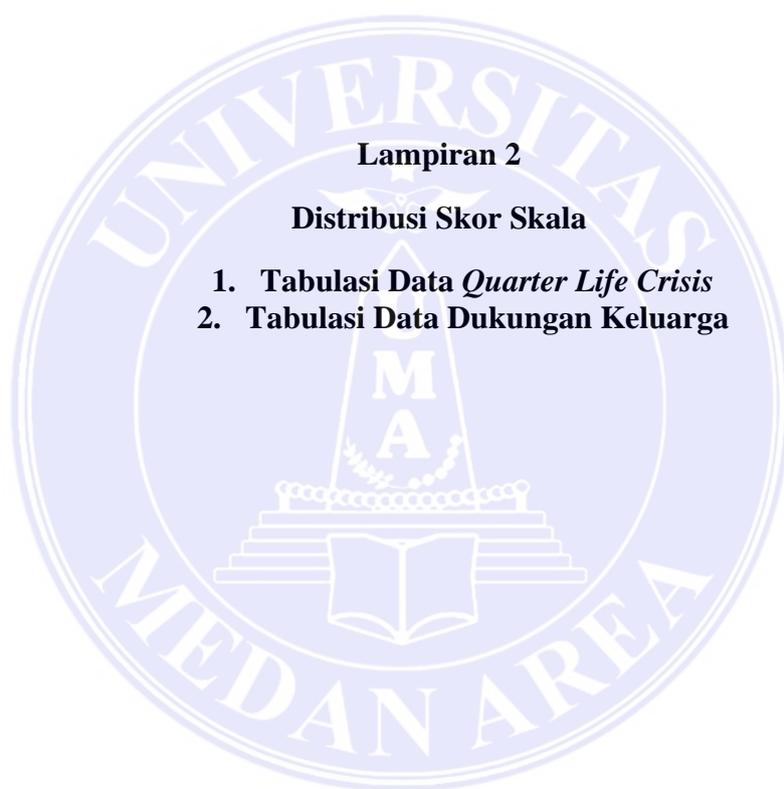
S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pertanyaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Sikap dan ucapan keluarga dapat membuat perasaan saya menjadi tenang				
2.	Jika saya mengalami kekurangan finansial, kerabat dekat akan memberikan pinjaman uang				
3.	Keluarga tidak memberikan semangat kepada saya agar saya lebih giat mencari pekerjaan				
4.	Ketika saya meminta bantuan, keluarga bersedia untuk turun tangan				
5.	Saran-saran yang diberikan oleh keluarga tentang cara mengatasi quarter life crisis sesuai dengan keinginan saya				
6.	Keluarga tidak meluangkan waktu untuk mendengar pendapat saya				
7.	Keluarga menghargai setiap pilihan yang saya ambil				
8.	Keluarga mengapresiasi pencapaian yang saya dapatkan				
9.	Keluarga memberi semangat agar saya lebih giat mencari pekerjaan				
10.	Keluarga memberikan selamat ketika saya berhasil mencapai suatu prestasi				
11.	Keluarga protes saat saya melamar pekerjaan hingga melupakan segala tanggung jawab dan kewajiban saya				

12.	Keluarga tidak memberikan nasihat apabila saya memiliki masalah dengan teman-teman sebaya.				
13.	Keluarga tidak memberikan izin untuk mengikuti kegiatan sosial				
14.	Keluarga membantu saya dalam pekerjaan rumah saat saya meminta bantuan.				
15.	Saya tidak dilibatkan dalam acara keluarga oleh keluarga karena saya belum mendapat pekerjaan atau melanjutkan studi.				
16.	Keluarga tidak memberikan bantuan disaat saya sedang mengalami kesulitan				
17.	Bila ada masalah, keluarga segera menyampaikan kepada saya.				
18.	Keluarga tidak memberikan pujian atas keberhasilan yang telah saya capai.				
19.	Kerabat dekat tidak mau membantu saya ketika saya sedang mengalami kekurangan finansial.				
20.	Keluarga memberikan hadiah atas keberhasilan yang saya capai.				
21.	Keluarga tidak memberikan bantuan saat saya menghadapi masalah.				
22.	Keluarga memberitahu kekurangan dan kelebihan saya				
23.	Bila saya melakukan kesalahan, keluarga tidak memberikan petunjuk untuk memperbaiki kesalahan				
24.	Keluarga tidak memberikan izin kepada saya ketika ada panggilan kerja di luar kota				



Lampiran 2

Distribusi Skor Skala

1. Tabulasi Data *Quarter Life Crisis*
2. Tabulasi Data Dukungan Keluarga

TABULASI SKOR *QUARTER LIFE CRISIS*

VARIABEL Y = <i>QUARTER LIFE CRISIS</i>																										JUMLAH
Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	Y.21	Y.22	Y.23	Y.24	Y.25	Y.26	
2	4	1	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	63
1	3	1	3	2	2	3	4	1	4	4	2	2	2	1	4	2	4	2	2	2	2	1	2	2	1	59
3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	3	2	4	4	4	3	3	4	4	1	3	3	3	77
2	4	1	4	1	1	4	4	1	4	2	1	2	4	1	2	3	4	2	2	4	4	1	4	1	2	65
2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	61
1	3	1	4	1	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	3	1	1	2	2	55
3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3	4	2	1	3	4	4	4	1	4	4	2	84
2	2	1	3	1	1	2	3	2	3	3	3	1	2	1	3	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	54
1	2	1	3	1	1	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	1	4	3	2	58
2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	1	1	2	4	61
3	3	3	4	2	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	1	2	2	3	78
2	4	2	4	1	1	3	2	2	4	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	3	4	1	3	3	2	67
2	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	69
2	3	2	4	2	1	4	4	4	4	4	2	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	1	4	3	2	81
2	3	2	4	1	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	2	67
2	3	3	2	2	2	3	3	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	65
2	3	1	4	2	2	3	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	58
2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	66
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	97
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	101
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	101
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78
1	2	1	3	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	42
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	104
4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	101
2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	62
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	94
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	3	2	1	1	1	2	2	3	2	50
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	98
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	104
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	104
2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	58
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	101
4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	97
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	101
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	104
1	2	1	4	1	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	51
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	104
2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2	2	3	55
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	52
1	4	1	4	1	1	3	4	2	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	4	2	3	2	3	2	2	65
2	3	2	2	3	2	3	3	2	4	1	2	3	2	3	3	4	4	4	2	3	4	1	3	3	3	71
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	95

4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	95	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	99
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	1	88	
4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	1	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	95	
2	2	3	3	2	2	4	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	4	4	1	2	2	2	68	
3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	92	
4	4	1	4	2	1	4	1	3	4	1	3	4	4	2	3	3	4	1	4	4	3	4	4	1	2	75	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	104	
3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	2	3	4	85	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	104	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	
2	2	2	3	3	2	3	3	2	4	1	2	2	2	2	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	68	
2	3	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	59	
2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	68	
4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	97	
2	2	2	2	2	1	3	4	2	3	2	2	2	2	2	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	66	
4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	96	
1	4	1	2	1	1	2	3	2	2	4	2	1	3	2	3	4	4	3	3	3	3	1	2	2	2	61	
2	3	2	4	2	2	3	4	1	4	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	70	
1	4	3	4	2	2	3	4	2	4	4	2	1	2	1	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	1	77	
2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	64	
4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	2	3	4	89	
3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	71	
4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	
3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	94	
4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	99	
3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	91	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78	
4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	98	
3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	93	
2	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	67	
1	3	1	3	1	1	4	4	1	4	4	2	1	2	1	4	2	4	2	2	2	3	1	4	1	2	60	
3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	88	
3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	94	
3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	1	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	85	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	81	
4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96	
3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	89	
4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	95	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	94	
4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	96	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	84	
3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	91	
4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	91	
3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	96	
3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	90	
3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	89	
3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	94	
4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	97	
3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	90	
4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	88	
4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	89	
3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	

3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	93
4	4	4	4	3	4	3	1	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	88
1	3	2	4	1	1	2	3	2	2	4	2	2	1	2	3	3	4	4	4	4	4	1	4	2	4	69
2	4	2	4	2	2	4	4	2	4	4	3	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	3	3	83
3	4	2	4	2	2	4	4	2	4	3	3	2	3	3	3	4	4	2	4	4	4	3	4	3	3	83
2	4	2	4	1	2	4	4	2	4	3	3	2	2	1	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	77
3	4	2	3	2	2	4	4	2	4	4	1	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	3	3	81
3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	1	91
2	4	3	4	2	2	3	3	2	4	4	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	83
2	4	2	4	3	3	4	4	3	4	4	1	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	1	87
3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	93
3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	92
3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	92
3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	88
3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	1	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	86
4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	90
3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	95
3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	1	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	90
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	97
3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	90
4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	91
1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	35
2	3	2	4	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	4	1	1	2	3	66
3	2	3	4	2	2	4	4	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	2	4	2	3	3	3	73
2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	62
2	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	76
3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	73
2	4	2	3	2	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	62
1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	35
2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	62
1	4	2	4	1	1	3	4	2	3	3	2	2	2	1	3	4	4	3	2	2	4	1	1	2	3	64
1	2	1	4	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	49
3	4	2	4	1	2	3	3	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	1	4	3	4	84
2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	65
1	3	1	4	2	1	1	3	3	4	1	1	2	1	3	2	2	2	2	1	3	1	4	2	1	1	53
1	2	2	3	2	1	3	3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	1	2	2	2	4	59
3	4	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	1	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	72	
2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	57
1	2	1	2	2	1	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	1	2	2	2	52
2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	53
1	2	1	3	1	1	2	2	1	2	2	3	1	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	46
2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	56

TABULASI SKOR *DUKUNGAN KELUARGA*

VARIABEL X = <i>DUKUNGAN KELUARGA</i>																								JUMLAH
X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	X.17	X.18	X.19	X.20	X.21	X.22	X.23	X.24	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	4	1	4	4	3	3	4	3	4	4	3	84
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	3	4	2	65
3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	4	74
4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	1	4	4	3	3	4	3	3	3	3	82
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	77
4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	90
4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	1	3	3	4	4	4	4	4	4	85
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	91
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
3	4	4	2	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	2	4	3	4	3	2	4	76
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	1	3	4	3	3	4	3	4	4	3	82
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	70
3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	74
3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	73
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	91
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	60
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	94
4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	1	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	93
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	80
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	89
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81
3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	74
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	4	4	4	4	4	91
3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	67
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	87
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	93
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	81
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	3	86
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	92
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	87
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	70
3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	70
3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	4	2	4	4	77
4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	90
4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	86
4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	90
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	72
4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	1	3	4	4	1	4	4	4	1	2	3	4	4	4	78

3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	1	4	3	4	4	4	3	3	82
3	4	1	1	4	3	3	3	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	59
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	78
4	4	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	78
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	91
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	93
4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	79
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	75
2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	65
4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	90
3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	80
4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	83
4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	84
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	69
4	4	2	4	4	3	4	2	4	2	1	3	3	4	3	3	4	2	3	4	3	4	3	76
2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	3	1	3	3	2	53
3	4	3	4	4	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	77	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	92
3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	85
4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	84
3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	90
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	88
4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	88
4	4	4	4	4	4	2	2	4	1	2	3	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	80
4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	1	3	4	4	1	4	4	4	4	86
4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	86
4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	87
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96
4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	85
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	86
3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	84
3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	85
4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	82
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	77
4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	86
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	91
3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	85
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	92
4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	87
4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	85
3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	84
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96
3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	82
4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	88
3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	87
3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	83
4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75

4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	76
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	80
4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	85
4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	1	3	4	3	3	4	3	3	82
4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81
4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	74
4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	1	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	80
3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	83
3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	84
4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	81
3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	88
4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	86
3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	87
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	93
4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	79
3	3	3	4	3	3	3	2	2	1	4	2	4	3	3	3	2	1	3	1	4	3	3	65
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	71
2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	65
2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	3	2	59
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	74
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	71
2	4	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	1	4	2	4	3	56
4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	87
1	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	82
3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	60
3	3	2	2	3	2	4	4	4	3	1	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	63
4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	86
1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	4	4	4	1	4	4	1	4	4	1	4	1	4	60
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	77
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
4	4	3	3	4	3	3	4	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	70
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72



Lampiran 3

Validitas

1. Uji Validitas *Quarter Life Crisis*
2. Uji Validitas Dukungan Keluarga

Scale: *QUARTER LIFE CRISIS***Item Statistics**

	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	Keterangan
QLC1	0.481	0.001	Valid
QLC2	0.371	0.015	Valid
QLC3	0.383	0.012	Valid
QLC4	0.324	0.036	Valid
QLC5	0.619	0.000	Valid
QLC6	0.436	0.004	Valid
QLC7	0.639	0.000	Valid
QLC8	0.450	0.003	Valid
QLC9	0.316	0.042	Valid
QLC10	0.686	0.000	Valid
QLC11	0.116	0.464	Tidak Valid
QLC12	0.341	0.027	Valid
QLC13	0.672	0.000	Valid
QLC14	0.459	0.002	Valid
QLC15	0.431	0.004	Valid
QLC16	0.619	0.000	Valid
QLC17	0.545	0.000	Valid
QLC18	0.678	0.000	Valid
QLC19	0.247	0.115	Tidak Valid
QLC20	0.498	0.001	Valid
QLC21	0.556	0.000	Valid
QLC22	0.522	0.000	Valid
QLC23	0.693	0.000	Valid
QLC24	0.601	0.000	Valid
QLC25	0.400	0.009	Valid
QLC26	0.470	0.002	Valid
QLC27	0.674	0.000	Valid
QLC28	0.499	0.001	Valid

Scale: DUKUNGAN KELUARGA

Item Statistics

	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	Keterangan
DK1	0.505	0.000	Valid
DK2	0.349	0.000	Valid
DK3	0.644	0.000	Valid
DK4	0.600	0.000	Valid
DK5	0.524	0.000	Valid
DK6	0.777	0.000	Valid
DK7	0.723	0.000	Valid
DK8	0.710	0.000	Valid
DK9	0.707	0.000	Valid
DK10	0.727	0.000	Valid
DK11	0.478	0.000	Valid
DK12	0.708	0.000	Valid
DK13	0.672	0.000	Valid
DK14	0.570	0.000	Valid
DK15	0.440	0.000	Valid
DK16	0.611	0.000	Valid
DK17	0.545	0.000	Valid
DK18	0.684	0.000	Valid
DK19	0.664	0.000	Valid
DK20	0.547	0.000	Valid
DK21	0.724	0.000	Valid
DK22	0.514	0.000	Valid
DK23	0.680	0.000	Valid
DK24	0.425	0.000	Valid



Lampiran 4

Uji Asumsi

1.Uji Normalitas

2.Uji Linearitas

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		quarter life crisis	dukungan keluarga
N		138	138
Normal Parameters ^a	Mean	89.13	46.31
	Std. Deviation	15.331	9.119
Most Extreme Differences	Absolute	.138	.096
	Positive	.080	.046
	Negative	-.138	-.096
Kolmogorov-Smirnov Z		1.617	1.121
Asymp. Sig. (2-tailed)		.211	.162
a. Test distribution is Normal.			

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
quarter life crisis * dukungan keluarga	138	100.0%	0	0.0%	138	100.0%

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
quarter life crisis * dukungan keluarga	Between Groups	(Combined)	14857.940	34	436.998	1.729	.019
		Linearity	7558.646	1	7558.646	29.908	.000
		Deviation from Linearity	7299.294	33	221.191	.875	.661
Within Groups			25272.875	100	252.729		
Total			40130.815	137			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
quarter life crisis * dukungan sosial	-.634	.401	.608	.370

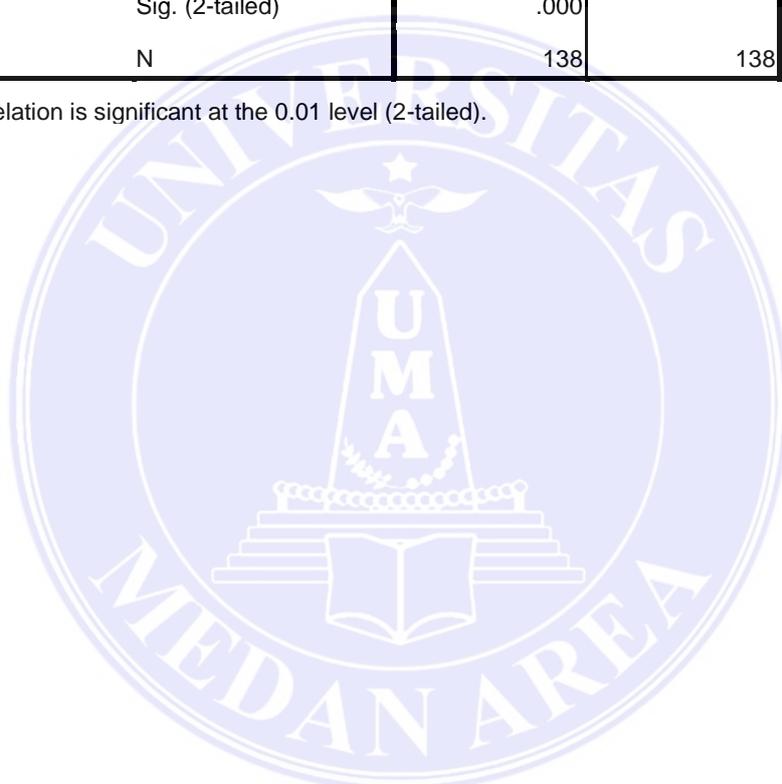




Correlations

		Correlations	
		quarter life crisis	dukungan keluarga
quarter life crisis	Pearson Correlation	1	-.634**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	138	138
dukungan keluarga	Pearson Correlation	-.634**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	138	138

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).









Lampiran 7
Surat Izin Penelitian

 **UNIVERSITAS MEDAN AREA**
FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Seliabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 202/FPSI/01.10/I/2024 19 Januari 2024
Lampiran : -
Hal : Penelitian

Yth. Bapak/Ibu **Wakil Rektor Bidang Mutu SDM dan Perekonomian**
Universitas Medan Area
di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : **Arifa Fauziyyah**
NPM : **208600139**
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di **Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Jl. Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jl. Gedung PBSI, Medan 20223** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Quarter Life Crisis Pada Alumni Psikologi UMA"**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Universitas yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan,
Ketia Program Studi Psikologi


Raadim, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 162 /UMA/B/01.7/I/2024.

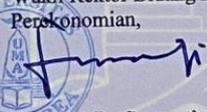
Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: Arifa Fauziyah
No.Pokok Mahasiswa	: 208600139
Fakultas	: Psikologi
Masa Penelitian	: 22 - 26 Januari 2024.

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area dengan Judul Skripsi
"Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Quarter Life Crisis Pada Alumni Psikologi UMA"..

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya

Medan, 31 Januari 2024.
an Rektor
Wakil Rektor Bidang Mutu SDM & Perkonomian,

Prof. Dr. Ir. Suswati, MP

CC :
- Arsip

